



HELSINGBORG

Vård- och omsorgsförvaltningen
MatOmsorg
Josefine Börjesson
Måltidsutvecklare
Josefine.Borjesson@helsingborg.se

2024-12-06

Så här arbetar vi inom MatOmsorg



Så här arbetar vi inom MatOmsorg

Innehållsförteckning

Inledning	3
Syfte	3
Organisation	4
Beskrivning av vår verksamhet.....	4
Lagstyrt.....	6
Utbildning för omvårdnadspersonal och kökspersonal	7
Vision.....	7
Vårt motto för MatOmsorg	8
Delaktighet.....	9
Uppdragsbeskrivningar i samband med mat och måltider	9
Så här arbetar vi praktiskt.....	12
Måltidsmiljön och serveringen	13
Matplatsens fysiska utformning	16
Social måltid och omsorgsmåltid	16
Dysfagi eller anpassade måltider.....	17
Olika begrepp	20
Kvalitet.....	21
Intern kvalitetsmätning.....	21
Inköp.....	22
Miljömål	22
Matsvinn	22

En rekommendation är att du läser detta konceptet i digital form. Då har du alltid den senaste versionen och du kan klicka dig vidare för mer information på länkarna.

Inledning

I Helsingborgs stad är verksamheten för vårdboende konkurrensutsatt och det finns olika utförare. MatOmsorg är den enhet inom den kommunala utföraren som tillagar och levererar måltider till bland annat majoriteten av de kommunala vårdboendena. För oss är det viktigt att den verksamhet vi bedriver är av god kvalitet och att vi alltid erbjuder våra kunder en god och säker måltid.

Alla medarbetare som på något sätt kommer i kontakt med måltider ska känna sig trygga och ha kunskap om vår vision och grundidé för verksamheten. I konceptet kan du läsa vad som är vägledande i vardagen för att kunna ge en omsorg av bästa kvalitet till hyresgästerna. Har du tankar och idéer kring hur vi kan förbättra vår verksamhet är du alltid välkommen att lämna dessa till din närmsta chef. Helt enkelt kan man sammanfatta det med: Mat ÄR Omsorg!

Detta koncept uppdateras en gång per år för att vara aktuellt som stöd för enhetschefer och medarbetare i verksamheten.

Syfte

Att stärka måltidens betydelse i kommunens egna verksamheter samt att stötta dig som arbetar i vården till att skapa en ännu bättre miljö och bättre rutiner runt måltiden.

MatOmsorg

[Här kan du läsa mer om respektive tillagningskök](#)

[Här hittar du interna kontaktuppgifter till måltidschef, måltidsutvecklare, miljösamordnare](#) (se till att du är inloggad på intranätet)

[Här hittar du interna kontaktuppgifter till respektive tillagningskök](#) (se till att du är inloggad på intranätet)

Förkortningsbeskrivning

HSL – Hälso- och sjukvårdslag – SFS 2017:30

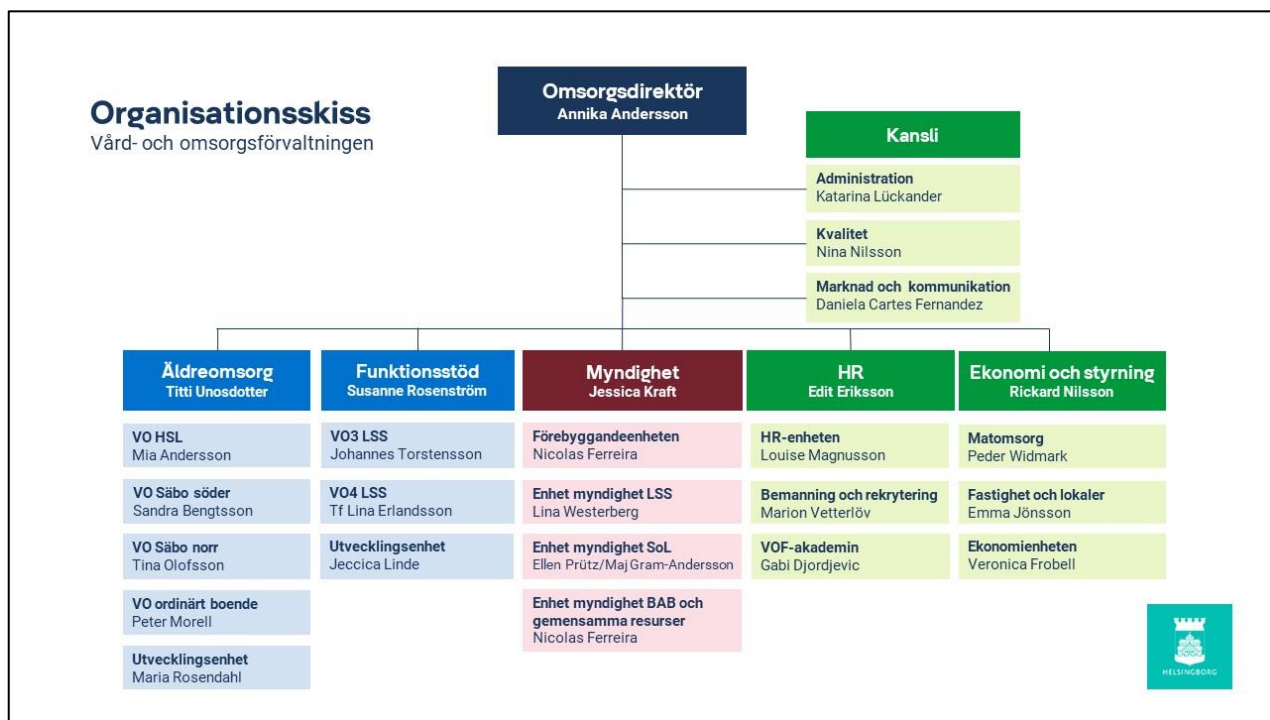
KU – Den kommunala utföraren

SoL – Socialtjänstlag – SFS 2001:453

VOF – Vård- och omsorgsförvaltningen

Organisation

Nedan visas en organisationsskiss över Vård- och omsorgsförvaltningen i Helsingborg stad. MatOmsorg är en del av vård- och omsorgsförvaltningen och ligger under Ekonomi och styrning.



Beskrivning av vår verksamhet

Vad är ett tillagningskök:

Här lagar kockarna mat från grunden till det egna vårdboendet samt till alla mottagnings-, serverings- och avdelningskök. Strävan är att tillaga så mycket mat som möjligt i köken, men ibland kompletterar man med förberedda produkter från industrin p.g.a. resurser i form av utrustning och/eller personal. Idag finns produkter av mycket hög kvalitet att beställa från producenter och tillverkare. Tillagningsköken är bemannade med kockar och måltidsbiträden samt en köksansvarig. Ett exempel på befintligt tillagningskök är Kungshults kök.

Vad är ett obemannat mottagningskök:

Omvårdnadspersonalen tar emot huvudkomponent (tex. stekt fisk och sås) till middagar och kvällsmat från ett tillagningskök. Personal dukar, serverar och diskar efter serveringen. Här bereder man även nästan alla tillbehör (tex. kokt potatis, pasta och varma grönsaker). Man bereder även frukost och mellanmål. Ett exempel på befintligt obemannat mottagningskök är Stattenahemmet.

Vad är ett avdelningskök eller serveringskök:

Omvårdnadspersonalen tar emot kompletta varma middagar och kvällsmat från tillagningsköket, serverar och diskar i avdelningsköket. Personal bereder frukost och mellanmål samt serverar tillbehör till måltiderna (t.ex. rödbetor, sallad). Ett exempel på befintligt avdelningskök/serveringskök är Pålsjö park korttid och dygnsavlösning.

Vill du veta mer om hur vi lagar mat i köken så är du alltid välkommen på studiebesök eller kan läsa mer på MatOmsorgs verksamhet på intranätet.

Måltidschef (MC)

Måltidschefen ansvarar för våra tillagningskök. Måltidschefens uppdrag har fyra tydliga fokusområden: kunder, medarbetare, ekonomi och kvalitet. Dessa fyra delar hänger samman i det dagliga arbetet. Med motiverade och engagerade medarbetare som ger kunderna leveranser i form av måltider enligt vår överenskommelse och med värdegrunden förankrad i ryggraden så uppstår en god kvalitet i verksamheterna. Måltidschefen ansvarar också för att vara sammankallande av måltidsombudsorganisationen och sprida behövlig inspiration och information. Måltidschefen är drivande i de avtalsgrupper som påverkar våra livsmedelsavtal enligt stadens riktlinjer.

Måltidsutvecklare

Driver projekt i nära samarbete med MC och är en länk mellan köken och alla beställare. Arbetar med måltidsombudsorganisationen.

Miljösamordnare

Fungerar som ett stöd för hela förvaltningen gällande egenkontroll, matsvinn och miljöfrågor.

Enhetschef (EC)

Enhetschefen har det fulla ansvaret för sin verksamhets alla delar. Det är enhetschefen som är ansvarig för att hyresgästerna får de insatser som vi har utlovat. Enhetschefen är ansvarig för att omvårdnadsarbetet utförs med god kvalitet.

Lagstyrt

Vårt jobb är styrt enligt följande lagar, förordningar, föreskrifter och riktlinjer:

Livsmedelsverket

MatOmsorg arbetar efter [Livsmedelsverkets råd och riktlinjer för äldreomsorg](#) – Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen. Det är viktigt att måltiderna utgår ifrån individens behov och önskemål, främjar aptit och matglädje och är en tydlig del av omvårdnaden. All omvårdnadspersonal som har arbetsuppgifter vilka innehåller måltider bör absolut ges tid till att läsa igenom [SLV's broschyr](#), som på ett enkelt och grundläggande sätt går igenom allt som har med måltider att göra.

Men ibland behöver bra måltider kompletteras med särskilda insatser vid vissa sjukdomstillstånd och individuell nutritionsbehandling för att förebygga och behandla undernäring samt vid specifika sjukdomstillstånd.

Socialstyrelsen

I [socialstyrelsens föreskrifter och allmänna råd \(SOSFS 2014:10\)](#) om förebyggande av och behandling vid undernäring ska det finnas rutiner för när näringstillstånd ska utredas, och hur undernäring ska förebyggas och behandlas. Undernäring är en av de största utmaningarna i äldreomsorgen. MatOmsorgs måltider står för ca 50 % av dagens energi- och näringsinnehåll, så den måste kompletteras på respektive enheter för att dagen ska bli komplett.

Livsmedelslagen och livsmedelsförordningen

[Livsmedelslagen](#) (2006:804) och [Livsmedelsförordningen](#) (2006:813)

MatOmsorg stöttar även kring måltidssituationen för att måltiden ska bli en så trevlig stund för matgästen som möjlig, vilket även främjar aptiten och att matgästen får i sig sitt energi- och näringsinnehåll. Detta ska ske på ett säkert sätt genom att följa Livsmedelslagen och Livsmedelsförordningen. All omvårdnadspersonal som hanterar livsmedel skall årligen genomgå den digitala utbildningen "Livsmedelshygien" på vår [e-learningportal HBG Learns](#).

Socialtjänstlagen (SFS 2001:453)

[Socialtjänstlagen](#) är en så kallad ramlag som ger Helsingborgs stad stora möjligheter att utforma sin verksamhet efter skiftande behov.

Vård- och omsorgsförvaltningens omsorg om äldre ska inriktas på att äldre personer får leva ett värdigt liv och känna välbefinnande enligt 5 kap. 4§ i socialtjänstlagen. För att uppnå detta måste vi respektera hyresgästens rätt till privatliv och kroppslig integritet, självbestämmande, delaktighet och individanpassning.

Utbildning för omvårdnadspersonal och kökspersonal

All personal som hanterar livsmedel skall årligen genomgå den digitala utbildningen "Livsmedelshygien" på vår [e-learningportal HBG Learns](#). Fysisk utbildning om hantering av livsmedel kan bokas med förvaltningens miljösamordnare.

Alla enheter kan få stöd med sitt egenkontrollprogram av förvaltningens miljösamordnare. Det finns även digitala fördjupningskurser inom området "Livsmedelshygien med egenkontroll". Dessa bokas via externa leverantörers hemsidor. Tips om utbildning kan verksamheten få från MC.

Ett mycket bra [stöd och utbildningsprogram i dysfagi](#) hittar du här (se sid 16 för förklaring av dysfagi).

Vision

Vi ska skapa en omsorg som alla helsingborgare är trygga med, förstår och är stolta över.

Vi når vår vision genom att ge varje individ ett rikt, spännande, aktivt och självständigt liv. Detta gör vi genom att arbeta efter våra kärnvärden.



VÅRD- OCH OMSORGSFÖRVALTNINGENS

KÄRNVÄRDEN

VI ÄR KREATIVA – EFTERSOM BARA DEN KREATIVE KAN BESTÄMMA ÖVER SIN MORGONDAG
VI SKAPAR TRYGGHET – EFTERSOM INGEN NÅGONSIN SKA BEHÖVA VARA RÄDD
VI ÄR MÄSTARE PÅ MÖTEN – EFTERSOM MÖTEN OFTAST ÄR GLÄDJE
VI ÄR MODIGA – EFTERSOM SÅ MÅNGA BEHÖVER OSS
VI TÄNKER PÅ HELHETEN – EFTERSOM LIVET SJÄLVT ÄR EN HELHET



Vårt motto för MatOmsorg

MatÄrOmsorg

Värdighet inom måltidsområdet kan beskrivas utifrån framför allt följande områden:

- Självbestämmande: att själv få bestämma val av måltid från menyn och i den möjlighet det går även att få välja när man ska äta, och var man ska äta
- Individanpassning och delaktighet: att ges möjlighet att påverka menyn genom ex. matråd, och att välja den maträtt från menyn som passar hyresgästen
- Måltider med god kvalitet: maten ska vara omsorgsfullt tillagad, presenterad och serverad
- Gott bemötande: respektera individens önskemål

Välbefinnande beskrivs utifrån framför allt följande områden:

- Trygghet: alla ska känna sig trygga med att maten som serveras är säker och tillagad med hänsyn till livsmedelslagen
- Meningsfull tillvaro: måltider kan i allra högsta grad bidra till en meningsfull tillvaro, och ge guldkant på livet



Delaktighet

Både hyresgäster, gäster och omvårdnadspersonal ska känna att de har möjlighet att vara delaktiga i hur måltiderna på enheten genomförs. Dels genom regelbundna matråd som hålls av måltidschef, måltidsutvecklare eller köksansvariga där synpunkter på matsedelns innehåll, variation på rätter etc lyfts fram. Dels genom att meddela synpunkter och feedback direkt till köken. Alla vårdboenden har också möjlighet att lämna in önskemål på en veckas matsedel, en s.k. önskevecka.

Utöver matråd fungerar även s.k. boenderåd eller liknande för att diskutera måltiderna internt. Att omvårdnadspersonal tillsammans med enhetschef och ev. aktivitetsansvariga regelbundet planerar verksamhetens arbete med måltider är önskvärt, för att bidra till att underlätta delaktighet och självbestämmande för hyresgäster.

Uppdragsbeskrivningar i samband med mat och måltider

Det finns olika arbetsuppdrag där någon ansvarig är utsedd. Det kan vara en person som innehar alla uppdrag inom måltidsområdet eller så är uppdragen vara uppdelade på flera personer. Dessa uppdrag kan utföras av måltidsombudet, eller tilldelas andra i arbetsgruppen; huvudsaken är att funktionerna finns och att man i arbetslaget samarbetar och alla arbetar utifrån rutinerna. Ansvarsfördelningen skall vara godkänd och bestämd av enhetschef. EC är ansvarig för att uppdatera personlistor efter ändringar. För [blankett/underlag](#) för nedanstående beskrivning, se intranät.

Måltidsombud

Du ska ha en fördjupad kunskap inom kost. Du ska aktivt arbeta för att förbättra måltidssituationen för hyresgästerna genom att:

- Sprida de kunskaper du får som måltidsombud vidare till ditt arbetslag.
- Bevaka att alla arbetar efter [måltidschecklistan](#) och gör allt för att en lugn, harmonisk och trevlig måltidsmiljö upprätthålls. Måltiden ska vara en integrerad del av omsorgen och genomsyras av ett kvalitets- och servicetänk.
- Föra hyresgästernas talan i fråga om matens utbud, kvalitet och önskemål, och se till att klagomål/synpunkter förs vidare till enhetschef och måltidschef.
- Aktivt arbeta med förbättringsåtgärder som framkommit av kvalitetsmätningar.
- Vid minst två tillfällen per år genomföra måltidsobservationer på annan avdelning inom enheten eller annat vårdboende. Dessa observationer skall redovisas på förslagsvis APT eller teamträff.
- Delta i måltidsombudsinspirationsträffar två gånger per år. Dessa tillfällen ska bidra till en förståelse för de riktlinjer som finns gällande kost och nutrition för äldre och kunskap inom näringslära. Ombudsträffarna ska även verka som ett forum för utbyte av tips på aktiviteter och idéer som kan bidra till trevliga måltidssituationer för hyresgästerna och förbättra deras måltidsupplevelser.

Matbeställningsansvarig

Som matbeställningsansvarig ska du:

- Se till att hyresgästerna, så långt det är möjligt, själva får välja mellan måltidsalternativen.
- Ha ett övergripande ansvar för att måltiderna beställs enligt gällande rutiner.
- Uppdatera/introducera befintliga och nya kollegor om hur man beställer måltider, gör tilläggsbeställningar och avbokningar enligt gällande rutin och vid behov av anpassade måltider samråder med sjuksköterska och följer rutiner vid nybeställning.
- Ska vid begäran vara behjälplig att tillsammans med enhetschef beställa livsmedel och köksutrustning enligt stadens avtal.
- Föra hyresgästernas önskemål om ex. frukost, mellanmål och tillbehör vidare till berörd beställare.

Livsmedelshygienansvarig

Som livsmedelshygienansvarig ska du:

- Arbeta aktivt med avdelningens satta rutiner gällande livsmedelshygien och egenkontroll.
- Ha ett aktivt intresse för livsmedelshygien och kunna skapa motivation hos kollegor att rutinerna följs.
- Tillsammans med enhetschef delta i årlig intern revision för egenkontrollprogrammet.
- Följa upp att dokumentation av egenkontrollen fylls i enligt rutin.

Finns länk till de som arbetar med egenkontrollen här:

<https://intranat.helsingborg.se/vof/stod-i-mitt-arbete/matomsorg/egenkontrollparmlivsmedelshygien/>

Matsvinnsansvarig

Som matsvinnsansvarig ska du:

- Ha ett övergripande ansvar för att mätning och registrering av matsvinn på enheten sker.
- Sprida kunskap och information om matsvinn till kollegor.
- Introducera kollegor kring rutiner kopplade till mätning och registrering av matsvinn samt avfallshantering.
- Medverka vid införandet av nya rutiner samt följa upp rutiner gällande avfall, matsvinn och miljö.

Enhetschefsansvar kopplat till uppdragsbeskrivningar ovan:

- Följa upp ombudsrollen och arbetsuppgifterna på medarbetarsamtal samt vid behov.
- Ha fyra uppföljningsmöten per år med måltidsombuden för att utveckla aktiviteter samt bidra till trevliga måltidssituationer för hyresgästerna och förbättra deras måltidsupplevelser.
- Tillsammans med måltidsombuden presentera resultatet från kvalitetsmätningar på enhetens verksamhetsmöte.
- Tillsammans med måltidsombuden analysera resultat från kvalitetsmätningar och redovisa analysen av resultatet samt förslag på förbättringsåtgärder i enhetens årsberättelse/kvalitetsberättelse.
- Informera förändringar av ombud till måltidsutvecklare och miljösamordnare.

Så här arbetar vi praktiskt

Måltider

Måltiderna har stor betydelse för hyresgästerna. De är så mycket mer än bara ett näringsintag. Viktigt är naturligtvis att maten smakar bra och presenteras på ett attraktivt sätt. För många är det också viktigt att kosten är anpassad efter just deras behov. Det kan handla om konsistensanpassningar eller specialkost. Av den anledningen kommer alla huvudmål från vård- och omsorgsförvaltningens egna tillagningskök. Till middagen erbjuds möjlighet att välja mellan två varmrätter och en grön rätt (vegetarisk). Till kvällsmat erbjuds två olika rätter samt en grön rätt.

Till måltiderna serveras tillbehör som kompletterar måltiderna, sallad och bröd samt måltidsdryck som mjölk, saft, vatten, lättöl och kaffe. Vid högtider kan alkoholhaltiga drycker serveras.

Det erbjuds och serveras näringsriktiga mellanmål. Dessa kan exempelvis bestå av smoothies, små snittar, glass, bakverk, frukt och annat som stimulerar aptiten och främjar hälsan.



Länkar till förslag på mellanmål och efterrätter – en handbok till dig som jobbar inom äldreomsorgen:

<https://storhushall.skanemejerier.se/produkt/mellanmal-och-efterratter-for-aldre/>

<https://www.orklafoodsolutions.se/inspiration/koncept/snackisar/>

Vid upprättande av genomförandeplanen noteras favoriträtter, eventuella allergier eller andra särskilda önskemål kring måltiderna. Dessa följs upp när genomförandeplanen revideras, då hyresgästens förutsättningar kan förändras, t.ex. gällande matens konsistens.

Veckovis planerar kontaktansvarig tillsammans med hyresgästen menyn för den kommande veckan, efter den [matsedel/meny](#) som kommer från MatOmsorg. Matsedeln varierar efter storhelger och traditioner. Varje vårdboende erbjuds att ha en önskevecka per år. Hyresgästerna erbjuds att delta i matråd. I detta forum diskuteras bland annat vad som uppskattas och vad som kan bli bättre.

Hyresgäster som önskar ett nattmål (s.k. sängfösare) eller ett tidigt morgonmål ska erbjudas detta, eftersom nattfastan aldrig ska överstiga 11 timmar.

Måltidsmiljön och serveringen

Måltider är efterlängtade och trevliga stunder, om de stimulerar till matlust och matglädje. Mat och måltider har stor betydelse för hyresgästerna. Maten, och längtan efter den, är ofta dagens höjdpunkter och det som bryter dagsrytmen. Det finns alla förutsättningar för njutbara matupplevelser. Ändå kan vi alltid bli bättre. Varje måltid är en helhetsupplevelse; varje detalj kring måltiden behöver vår uppmärksamhet, för att kunna skapa en bra helhet. När många små förbättringar samverkar, blir det gärna bra!



Meny

Presentera dagens meny tydligt och prydligt t.ex. på en griffeltavla eller en glastavla, lämpligt placerad för hyresgästerna.

Skriv också gärna vem det är som ansvarar för måltiden. En utskriven veckomeny i ett ställ på varje bord kan också vara trevligt för hyresgästerna. Tänk då på att den ska vara lättläst.

Duka

Duka aldrig tidigare än 30 minuter före serveringen, för att skapa en bra förväntan på stundande måltid. Inför lunch och middag; duka med salt- och pepparkar (gärna även andra kryddor) ev. dressing, måltidsdryck, servetter, glas och bestick.

Endast de saker som hör till själva måltiden skall stå på bordet; inga papper eller arbetspärmar ska finnas synliga, tänk på att miljön ska vara så hemlik som möjligt. Om det finns fräska blommor som bordsdekoration skall dessa vara fräscha. Tänd ev. ljus, med batterifunktion för säkerhetsaspekten. Variera dukningen efter vardag och helg, samt gärna efter årstider.

Tänk efter vad som kan passa som tillbehör till maträtten och förbered detta. Det är oftast gott med en sallad eller annat grönsakstillbehör till, och ev. bröd.



Servera

Värm tallrikar i ugnen på ca 50-60 grader under 30 minuter, så att inte maten kallnar så fort. Värm även karotter/uppläggningsfat. Sätt in i kall ugn så att porslinet inte spricker.

De personer som arbetar med maten ska ha rent förkläde, tvättade händer och helst uppsatt hår. Kom överens inom arbetslaget vem som ska göra vad under måltiden, och vem som är ansvarig för vad. Servera gärna en aptitretare före måltiden för att få igång salivproduktion och matlust, gärna något salt eller syrligt, t.ex. en sillbit på en bit bröd, ett salt kex med ost, ett halvt kokt ägg med böcklingpastej, en kopp varm buljong eller ett glas citrondryck.

Ta ankomsttemperatur på maten när den kommer, och dokumentera detta i egenkontrollpärmen. Lägg över maten från centralköket i karotter/serveringsfat. Det är viktigt att presentera maten på ett tilltalande sätt. Lägg upp och garnera maten vackert med exempelvis gröna blad, dillkvistar och citronklyftor. Även om de inte äts upp har de en betydelse för helhetsupplevelsen.

Om det inte finns möjlighet att servera från karotter och istället uppläggning på tallrik gäller, så anpassa portionsstorleken. Servera hellre en mindre portion från början än en stor portion. Ge möjlighet till påfyllning. Tänk på att separera komponenterna från varandra så att det ser gott ut! Dekor gäller även här; ex. lite hackad persilja, en kvist dill, eller en tomatklyfta. Sätt undan kantiner och matvagnen så att de inte syns, de är bara till för transporten!

Ljud

Stäng av teven, sätt möjligen på musik på låg volym; instrumental, lugn och harmonisk musik. Undvik arbetsprat och buller i samband med måltiden. Diska med andra ord efter det att måltiden är avslutad.

Måltid

En person ansvarar för att organisera maten. Övrig personal ser till att hyresgästerna får den hjälp de behöver vid bordet, t.ex. berättar vad som serveras idag och frågar vad man vill dricka m.m. Berätta gärna om maten; är det kallt eller varmt? Vad är det för tillbehör till?

Uppmuntra eller stimulera till goda samtal vid bordet. Se till att alla sitter bekvämt. Erbjud påfyllning och fråga om personen önskar ta mat och dryck själv. När behov av assistans vid måltiden finns så sitt så nära som möjligt, säg till när du börjar och vad det är som serveras. Man får absolut inte stå upp och hjälpa till med assistans! Kom även ihåg att avlägsna ev. haklappar när måltiden är avslutad.

Sträva efter att duka av mattallrikar och karotter när alla har ätit färdigt, servera därefter desserten. Även denna får gärna läggas upp i serveringsfat eller i passande portionsskålar, dekorerar och kompletteras med passande dekor och tillbehör, ex. en söt skorpa, ett blad citronmeliss etc. Servera kaffe efter avslutad måltid vid separat kaffehörna, om önskemål om kaffe finns. Stimulera de som kan, och vill, att ta kaffet själva.



Duka av

Duka av bordet efter varje måltid så det går att använda till annat, t.ex. att pussla, spela kort och läsa. Skölj ur kantiner och sätt tillbaka i matvagnen. Gör den dagliga rengöringen i köket och börja planera för nästa måltid.

Lycka till med att göra varje måltid till en behaglig och njutningsfull stund på dagen!

ANVÄND CHECKLISTAN!

För att förenkla arbetet och vara ett stöd finns det en Måltidschecklista som separat blad. Syftet med checklisten är att den ska fungera som en påminnelse om allt det som är viktigt att förhålla sig till vid måltiden samt vara ett mål för hur verksamhetens måltider bör fungera. Man kan också hänvisa till listan om närstående har frågor om hur vi arbetar med måltiderna inom organisationen. Listan kan också användas som introduktion för nya kollegor och vikarier.

Matplatsens fysiska utformning

Utformning av matplats:

- Matplatsen ska möbleras med ändamålsenliga möbler, stabila bord som passar för rullstol och sittvänliga stolar. Matplatsen möbleras gärna med flera mindre bord vilket ger möjligheter till flexibilitet. Då finns alla möjligheter att duka efter behov och önskemål. Viktigt är att det finns bra belysning så att hyresgästerna kan se ordentligt.
- Borden ska vara trevligt dukade med slät duk och färska blommor. Porslinet ska gärna kunna varieras mellan vardag och helg, och dukning kan varieras efter årstider och storhelger. Maten ska läggas upp i karotter. Måltidsmiljön ska vara lugn och harmonisk, buller och arbetssamtal mellan person ska undvikas. Diskning görs efter avslutad måltid.
- Vid vissa enheter finns gemensam matsal där hyresgästen kan välja att äta sin middag. En hyresgäst kan också välja en alternativ matplats eller välja att äta sina måltider i den egna bostaden.
- Vårdboendet bjuder närstående på en slät kopp kaffe.
- Närstående är välkomna att äta tillsammans med närstående i mån av plats, dessa måltider ska bokas till köket eller via [måltidsbeställningssystemet Mashie](#).

Vid inredning och möblering ska aktuella forskningsrön följas. Det är EC som har det yttersta ansvaret för utformningen. Ta gärna hjälp av enhetens arbetsterapeut och läs mer om just belysning i broschyren "[Miljöanpassningar som bidrar till ökad delaktighet](#)" från Svensk Demenscentrum.

Varje månad skickar enhetschefen månadsbrev till hyresgäster och deras närstående, som så önskar, med aktuell information från vårdboendet. Här kan man gärna ta upp punkter som rör mat och måltider.

Social måltid och omsorgsmåltid

För att få en lugn och trivsamt måltidsstund är det viktigt att omvårdnadspersonalen som hjälper till sitter ned tillsammans med hyresgästerna och leder samtal, är behjälplig med stöttning och servering. Definitionen av omsorgsmåltid enligt SOF 2014-8-8 Måltidsmiljö inom särskilda boenden och dagverksamheter är att omvårdnadspersonalen deltar i måltiden med hyresgästerna vid matbordet för att erbjuda det individanpassade måltidsstödet som de behöver under måltiden.

Att symboliskt dela måltid genom att lägga en mindre mängd mat på tallriken syftar främst till att personalen ska fungera som så kallad "role model" (levande modell) men också för att kunna ikläda sig rollen som värd eller värdinna vid bordet. En viktig roll för bordsvärden eller värdinnan under en omsorgsmåltid är att understödja det sociala samspelet mellan personerna runt bordet.

En omsorgsmåltid bör vara personcentrerad, det vill säga fokusera på personerna vid bordet; signalera respekt, empati och lyhördhet samt präglas av ett gott värdskap. Den bör vara fri från vårdrelaterade arbetsuppgifter som medicinering, läkarbesök och personalbyten.

Dysfagi eller anpassade måltider

Dysfagi är när du har svårigheter med att tugga eller att svälja. Att svälja är en mycket komplicerad process, men så länge allt fungerar tänker vi sällan på hur det går till.

Med stigande ålder kan automatiken förändras och man kan behöva bli mer uppmärksam på vad man gör. Olika sjukdomar som exempelvis stroke, neurologiska sjukdomar, förträngningar i matstrupen och gastroesofageal reflux kan påverka sväljförmågan. Spänningar i axlar, nacke, hals och munhåla och muntorrhet kan också försämra sväljförmågan.

Dysfagi kan yttra sig på flera sätt som exempelvis:

- * Svårigheter att hantera och bearbeta mat och dryck i munnen.
- * Svårigheter att svälja.
- * Hosta i samband med eller efter måltid.
- * Svårigheter att svälja mat och dryck, känslan av att maten fastnar.
- * Viktförändring och nedsatt allmäntillstånd.

Man räknar med att cirka 8 % av den vuxna befolkningen i Sverige har sväljningssvårigheter. I [konsistensguiden](#) finns ett antal anpassade måltider beskrivna. Alla våra tillagningskök erbjuder följande varianter: timbal / flytande / gelé / "lätt-att-tugga" samt allergikost (ex. minus gluten, laktos, skaldjur, nötter). Ett mycket bra stöd och utbildningsprogram i dysfagi hittar du [här](#). Det är alltid ansvarig SSK som ordinerar konsistensanpassade måltider.

Måltiden ur en undersköterskas perspektiv

Maten ska vara varm, vi värmer tallrikarna! Kryddor på bordet, så alla kan tillsätta efter önskemål!

Viktigt att vi som personal sitter med för att få igång en kommunikation!

Porslin och bestick anpassat utifrån hyresgästens behov!



Måltiden ur en kocks perspektiv

Sällskapet under måltiden – att
få dela den med någon!

Smakerna är de rätta,
maten håller rätt
temperatur och att
dukningen är korrekt.

Viktigt att det är rätt
tillagat och att alla
smaker och olika
texturer är med.



Olika begrepp

Nedan är förklaringar till olika dieter. Alla hyresgäster kan välja att beställa vegetariska rätter även om man inte alltid äter efter en diet. Alla ska ges möjlighet att variera sitt kostmönster.

Vegetarian - En person som är vegetarian äter inte animaliska produkter, inte heller ägg eller mejeriprodukter, utan endast växtbaserade produkter.

Laktovegetarian - En laktovegetarian äter inte kött, fisk, fågel eller ägg. Kosten består endast av växtbaserade produkter och mejeriprodukter såsom mjölk, yoghurt och ost.

Ovo-vegetarian - En ovo-vegetarian äter inte kött, fisk, fågel eller mejeriprodukter. Kosten består endast av växtbaserade produkter och ägg. "Ovo" härstammar från det latinska ordet för ägg.

Lakto-ovo-vegetarian - En lakto-ovo-vegetarian äter inte kött, fisk eller fågel. Kosten består av växtbaserade produkter, ägg och mejeriprodukter.

Vegan - Veganer äter varken det animaliska djuret eller produkten som skapats av djuret. Vegan äter inte kött, fisk, fågel, ägg, mjölkprodukter, honungs- och vaxprodukter, och olika tillsatser av animaliskt ursprung.

Flexitarian - En flexitarian försöker få in så mycket vegetabilisk kost/grönsaker i vardagen som möjligt, men utesluter inte kött helt.



Kvalitet

Avvikelser och återkoppling

Hjälp oss att bli bättre! Vid t.ex. felaktiga leveranser, fyll i en avvikelsesrapport noggrant och så nära inpå händelsen som möjligt. Detta för att kvalitetssäkra vår tillagning och utveckla våra dagliga rutiner. Alla som arbetar i köken uppskattar att få höra från kunder både vad som varit uppskattat och vad som kanske inte varit optimalt.

Avvikelser enligt gällande rutiner som finns på [intranätet](#).

Andra sätt att vara delaktig och framföra synpunkter om måltiderna kan vara på matråd, boenderåd eller på anhörigmöten. Närstående är alltid välkomna att delta vid måltider om det fungerar med övrig verksamhet.

Närstående och hyresgäster har även möjlighet att lämna synpunkter och klagomål. Se blankett [här](#).

Socialstyrelsen genomför varje år den nationella brukarundersökningen "Vad tycker de äldre om äldreomsorgen?" I undersökningen finns två frågor som handlar om maten. – *Hur brukar maten smaka? – Upplever du att måltiderna på ditt äldreboende är en trevlig stund på dagen?* [Länk till Socialstyrelsens sida.](#)



Intern kvalitetsmätning

I Matomsorgs verksamhetsplan, finns ett av våra mål som lyder: Vi ska laga mat från grunden och ha hög nöjdhet hos hyresgäster.

Just nöjdheten mäter vi varje år i en intern kvalitetsmätning som riktar sig till våra vårdboenden, Pålsjö park korttid- och dygnsavlösningboendet, träffpunkter, LSS-verksamhet och DV-verksamhet. Mätningen sker via scanning av en QR-kod som leder till en digital enkät med några enkla frågor om måltidens smak. Det finns även möjlighet att lämna kommentar. Resultatet av denna kvalitetsmätning ger köken en riktlinje att arbeta utifrån, och att hitta gemensamma förbättringsområden.

Inköp

Inköpen styrs av våra upphandlade avtal, som görs centralt. För inköp över 1000 kronor gäller särskilda regler. Enhetschefen har det yttersta ansvaret för alla inköp, men kan delegera till inköpsansvarig på enheten som då ska få utbildning för uppdraget genom ekonomienheten. EC ska också utse ett antal avropare som kan göra beställningar.

[Inköpsenheten](#) kan ge stöd och hjälp. Länk till [Avtalskatalogen](#).

Miljömål

Märkning av olika produkter kan ibland tyckas vara en djungel. Vad är skillnaderna mellan närproducerat / KRAV / Fair-trade / ekologiskt? Här finns en bra förklaring på de olika [begreppen](#).

Klimat och energiplan för Helsingborg

[Klimatplanen](#) berättar bl.a. att staden har som mål att andelen ekologiska livsmedel i procent, baserat på inköpsvärde, skall uppgå till minst 40%. Detta når vi om vi tillsammans använder oss av de centrala avtalen och om köken skapar matsedlar baserade på de vanligast kända ekologiskt märkta livsmedlen.

Vi siktar även på att minska våra förbrukningsmaterial (t.e.x plastfolie, aluminiumfolie, engångshandskar, torkpapper, servetter) och genom att välja hållbara alternativ vid inköp.

Energiplanen tar också upp vikten av att välja bort all fossilbaserad plast vid nya inköp.

Matsvinn

Det slängs stora mängder matavfall varje år. Vi svenskar producerar varje år 1,3 miljoner ton matavfall. Detta motsvarar 133 kg per person och år. Hushållen slänger mest matavfall, på totalt 917 000 ton, motsvarande 70 % av det totala svinnet.

Vad är matsvinn? Matsvinn är mat som hade kunnat ätas om den behandlats annorlunda och ätits upp, men som slängdes istället. Exempel på matsvinn är frukt, grönsaker, bröd, matrester, mjölk och kaffe. Matsvinn kallas också onödigt matavfall eftersom det är den del av matavfallet som vi enkelt kan göra något åt!

Vad är matavfall? Matavfall är summan av både matsvinn och oundvikligt matavfall. Oundvikligt matavfall uppkommer i matlagningen eller tillverkning och är svårt att minska. Exempel på oundvikligt matavfall är kaffesump, ben och skal.

<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/matsvinn>